



Hot Stone massage dos-nuque (à but familial)

Description	Le massage Hot Stone était déjà pratiqué à des fins thérapeutiques il y a plus de deux mille ans. La chaleur des pierres atteint les couches profondes de la peau, la circulation de la lymphe est immédiatement activée, les défenses naturelles de l'organisme stimulées et la musculature se détend.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Théorie et pratique du massage Hot Stone• Découvrir les pierres• Les contre-indications <p>En cas d'hypertension ou autres contre-indications, il est proposé d'aborder également le massage aux pierres froides.</p>
Prérequis	Aucun
Groupe cible	Tout public
Objectifs	Apprendre les techniques du massage aux pierres chaudes sur quelques parties du corps (dos, bras, nuque)
Informations supplémentaires	A apporter : 1 drap housse, un grand linge et deux petits linges
Date	11.05.2019 - 11.05.2019 / E_1277945
Horaire	09:00 - 16:00 h
Jours	Sa
Durée	1 Jours de cours. Total 6.00 périodes à 50 minutes
Ecolage	CHF 150.00
Lieu du cours	Toula 20, 1630 Bulle

Ecole-club Migros La Gruyère Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20
1630 Bulle

ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

école-club

MIGROS



Hot Stone massage dos-nuque (à but familial)

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Sa	11.05.2019	09:00 - 16:00

Ecole-club Migros La Gruyère Tel. +41 58 568 83 25

Rue de la Toula 20
1630 Bulle

ecole-club.gruyere@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

